

【科普】得了子宫内膜异位症，怀不上孩子？别急，中医针灸来帮你

台州市立医院 2022-01-12 18:01

—— 点击蓝字，轻松关注   ——



中 / 医 / 针 / 灸

台州市立医院康复医学（针灸推拿）科的副主任中医师潘丹潘医生近期接诊过这样一个案例：

罗女士结婚多年未能怀孕，经过检查，发现自己患有“**子宫内膜异位症**”。多年来就诊过多家医院，尝试过各种治疗，均没有太大效果。

医生判断她子宫内膜异位情况较为严重，卵巢储备功能低下，因而自然受孕概率偏低，建议罗女士尝试试管移植。但罗女士了解到，以自己的情况，即便选择了试管，移植的成功率也很低。



心灰意冷的罗女士偶然间了解到中医针灸可以治疗不孕症，怀着试一试的心态，她来到了朋友推荐的潘丹医生这里。接诊后，潘医生通过中医四诊，发现患者舌质胖大紫暗、舌面瘀斑明显，结合患者平素怕冷，经期痛经明显，又有卵巢囊肿腹腔镜手术史，分析患者的体质应为“**血瘀、阳虚**”。

综合考虑之后，潘医生决定对患者予**针刺、艾灸、中药**等综合治疗。

中医小知识

针灸治疗不孕症的主要原理在于：

- 通过针灸刺激穴位，可以调节内分泌，提高卵巢功能，促进排卵；
- 活血通络，改善盆腔内环境，协助精卵结合受孕及胚胎着床；
- 胚胎着床后，通过针灸改善子宫内膜供血，提高胚胎成活率等。





在潘丹医生的精心治疗下，针灸治疗了近六个月，罗女士成功自然受孕。回想自己一路艰难的备孕史，到如今足月生下期盼已久的健康宝宝，罗女士非常感谢潘丹医生，感谢中医针灸这个神奇的技术。

什么是不孕症

不孕的医学定义：女性未采取任何避孕措施，规律性生活至少1年而未孕。

具体可分为**原发性不孕**和**继发性不孕**。既往从未怀孕过属于原发性不孕；曾经有怀孕，而后不孕为继发性不孕。

中医如何治疗不孕症

潘医生表示：治疗不孕症，寻找病因是第一步。待明确病因后，在常规治疗的同时，越早结合中医针灸辅助治疗，怀孕的成功率越高！

潘医生建议：确诊不孕症后，可先选择保守治疗结合中医针灸治疗，坚持治疗至少半年，超过1年仍不孕，且明确患有输卵管性不孕，自然受孕困难者，可进一步考虑选择试管移植。

潘医生提醒：选择了试管移植，中医针灸仍可作为辅助治疗，胚胎移植术前，越早结合针灸治疗，移植后胚胎的成活率越高！

针对不孕的养生建议：

现代社会，大家的饮食及作息普遍不规律。追求口感，生冷油腻等食物不忌口，长期熬夜、缺乏运动等不健康生活习惯也会导致身体机能的失调，不孕只是身体机能失调的表现之一。

潘丹医生建议：患者在进行常规药物及针灸治疗的同时，在饮食、作息、运动方面均应逐渐调整。

1 饮食方面

尽量避免油炸、辛辣刺激、冷饮、饮料等食物，多选择优质高蛋白、新鲜蔬菜、水果等，多饮温开水。

2 作息方面

早睡早起，晚上入睡时间最晚不超过10点半，尽量减少手机等电子产品的使用，尤其晚上睡前减少手机的使用，可提高夜间睡眠质量。

3 运动方面

避免久坐不动，适当进行有氧运动，逐渐增加运动量。可选择的运动方式有：慢跑、打球、跳操、游泳、划船、骑车、爬山等。

- 运动时间尽量选择光照较好但紫外线不太强的时候。日出前及日落后均不宜运动。
- 冬季建议运动时间：上午9时至下午3时为最佳；
- 夏季建议运动时间：上午6时至8时，下午5时至7时。

潘丹

台州市立医院
康复医学（针灸推拿）科
副主任中医师



专家简介：浙江中医药大学硕士研究生，针灸推拿学专业，师从国家级名医、中医妇科专家盛玉凤教授和浙江省名中医林咸明教授。现任浙江省针灸学会针药结合专委会委员，台州市针灸学会临床与文献专委会委员。

擅长：从事针灸等相关临床工作十余年，主攻“针刺”、“艾灸”结合中医经方治疗各种急慢性疾病，妇科相关疾病，不孕症，月经失调，痛经，各型性功能障碍，面瘫口歪，各事面瘫综合治疗。

病；妇科怕大疾病（个子征、月经失调、痛经、习惯性盆腔炎、卵巢早衰、多囊卵巢综合征等）；急慢性失眠症、焦虑状态等；皮肤损容性疾病（黄褐斑、痤疮及荨麻疹等）。



供稿 | 康复医学（针灸推拿）科 潘丹

编辑排版 | 宣传统战部

审核 | 郎伯旭 李皖生



文章已于2022/01/14修改